

CASTELLO DI THIENE - VI

Yoga al Castello



Per fare il pieno di energia, sciogliere le tensioni e regalarsi una pausa di benessere, ritrovare il nostro equilibrio attraverso il respiro, il movimento, ascoltando il nostro corpo e la nostra mente con il canto degli uccelli, a contatto con la natura e circondati dalla bellezza. Proponiamo due diverse pratiche di yoga la mattina per adulti e al pomeriggio yoga bimbi.

CALENDARIO

Domenica 23 ottobre

DURATA

Su turnazione
dalle ore 10.00

DOVE

Castello di Thiene
Corso Garibaldi, 2
Thiene (VI)
[Mappa >](#)

PRENOTA

info@
castellodithiene.com
[Prenota qui >](#)

Perchè scegliere questa esperienza

- Avrai la possibilità di sciogliere le tensioni e ricaricarti di energia in un antico castello del 1400. Il parco, le sale e le scuderie del Castello potranno essere visitate in autonomia dopo la pratica con lo stesso biglietto. Pratiche del mattino: Ore 10.00 - 11.15 Danza della luna: una pratica morbida ispirata al saluto alla luna, dolce e distensiva, per dare equilibrio, creare spazio e fare posto al nuovo giorno. Pratica dedicata anche a principianti. Ore 11.30 - 13.00 Dragon flow: un fluire di movimenti sempre più profondi e consapevoli, che gradualmente energizzano il corpo e la mente. Al termine della parte dinamica si passerà a una fase Yin, più statica e introspettiva, per concludere con un bagno sonoro. Pratica dedicata a chi ha già raggiunto un livello base. Pratiche del pomeriggio Yoga bimbi ore 15.30 - 16.30: quando lo yoga diventa gioco e ci permette di esplorare con il corpo le nostre abilità motorie e le nostre emozioni, volando sulle ali della fantasia. Pratica dedicata a bambini dai 4 agli 8 anni. Le pratiche sono tenute da Alessandra Pauletto: insegnante certificata RYS 500 e Yoga Bimbi dello studio Hari yoga di Fara Vicentino

Prezzo a persona

15 € pratica yoga adulti (comprensivo di visita al Castello)
Con il biglietto bimbi potrà accedere anche 1 genitore per visitare il castello

Agevolazioni

Amici delle Ville Venete: 10% sconto

Cosa comprende

La pratica e la visita al Castello

Cosa non comprende

Tutto ciò che non è riportato nella voce "Cosa comprende"

Condizioni di cancellazione

Non rimborsabile una volta acquistato

www.giornatavillevenete.it

Vi ricordiamo che l'esperienza è ideata e organizzata interamente dalla Villa pertanto per prenotare o richiedere informazioni dettagliate è necessario contattare quest'ultima. IRV e AVV non sono direttamente responsabili dell'attività svolta nelle ville e o modifiche organizzative. Sarà discrezione della Villa stessa accogliere e organizzare a meglio l'attività proposta.